



Beste lezer,

Het eerste halfjaar van 2024 zit er alweer op.
Het bestuur wenst alle leden een fijne zomervakantie!

Secretaris Brenda stelt zich voor:

Mijn naam is Brenda van Geffen. Ik ben getrouwd met Job en samen hebben wij 3 kinderen die alle drie met veel plezier turnen bij KDO! Onze zoon turnt bij de jongens selectie en onze 2 dochters turnen bij de basiselectie.

Ik ben 3 dagen per week werkzaam als endoscopieverpleegkundige in het ASz (Albert Schweitzerziekenhuis) en sinds maart 2024 onderdeel van het bestuur van KDO als secretaris.



Mandy stelt zich voor:

Mijn naam is Mandy Koppelaar en ik kon vroeger nooit stil zitten. Mijn moeder stuurde mij naar turnen en na 8 jaar heb ik besloten om ook te gaan freerunnen. Toen heb ik zelfs meegedaan aan het NK freerunnen. Nu leer ik kinderen de Flips en Tricks die ik ooit gedaan heb. Dus klimt jouw zoon/dochter ook altijd op de meubels thuis, dan is het misschien diep van binnen wel een freerunner.

Wat is Freerunnen?

Freerunning is een sport, waarbij de freerunner zich sierlijk door de (meestal) stedelijke omgeving begeeft door muren, ramen, auto's of trappen, niet als obstakels, maar juist als hulpmiddelen te zien. De continuïteit van de bewegingen wordt hierbij flow genoemd. Ook worden er acrobatische sprongen beoefend. Denk hierbij aan Flips en Tricks. Zoals salto's, swings en radslagen.

Freerunning is juist een enorm brede sport die geschikt is voor vrijwel iedereen. Er zijn ook een hoop laagdrempelige bewegingen die je kan oefenen. Over het algemeen wordt er bijna niet op daken of hoge gebouwen getraind, er zijn genoeg uitdagende sprongen te maken op grondlevel.

Ingrid neemt afscheid.

12 juli gaan wij helaas afscheid nemen van Ingrid, zij heeft vele jaren de recreatie meiden op vrijdagmiddag met veel enthousiasme lesgegeven. Wij bedanken haar voor de trouwe inzet!



Jubileumuitvoering 19 oktober

Heeft u deze datum in uw agenda genoteerd? Door de trainers worden oefeningen aangeleerd die tot een mooie uitvoering zullen leiden.

Wilt u bij de organisatie een helpende hand bieden meldt u zich dan aan bij activiteiten@kdo-alblasterdam.nl of de trainer van uw kind.

Online aankopen?

Door via Sponsorkliks, op de website van KDO, bij diverse bedrijven uw online aankopen te doen kunt u zonder een extra bijdrage (extra) kosten KDO sponsoren.

Parkeren bij Molenzicht

In de eerste twee vakken bij de sporthal **geen** fietsen, scooters, motoren of auto's parkeren, dit is een invalideparkeerplaats.



Verloren voorwerpen

Ben je een beker/dopper kwijt; kijk eens in de kist bij de ingang van KDO of in de turnhal! Ook liggen vergeten kledingstukken in de kist.



Hieronder volgen een aantal korte verslagen van de verschillende wedstrijden. De volledige verslagen staan op de website: <https://kdo-alblasterdam.nl/>

KDO Teamwedstrijd

Zaterdag 15 juni was het dan zover de KDO teamwedstrijd werd gehouden, die mede door de inzet van vele vrijwilligers en trainers georganiseerd kon worden. Er waren 120 deelnemers verdeelt over 12 teams.

Alle deelnemers hebben laten zien wat zij geoefend hebben en per team kwam er een totale score wat resulteerde tot het eindresultaat 1, 2 of 3, waarna alle deelnemers een trofee hebben ontvangen.

Voor de prijsuitreiking is er door de Streetdance groepen van Inge een vlotte demonstratie gegeven.



Meerkampfinale

Zaterdag 25 mei heeft Nynke Janse voor KDO Alblasterdam haar meerkampfinale district Zuid Holland in de categorie Jeugd E in Den Haag geturnd. Ze turnde een mooie vloer- en brugoefening en sprong een goede 1/2 in 1/2 uit op de pegasus. Bij dit sterke deelneemsterveld is ze 22^e geworden, een heel mooie prestatie!



Meisjes recreatie

Vriendschappelijke wedstrijd tussen de recreatiemeisjes van KDO en Kracht & Vriendschap uit Nieuw-Lekkerland. Op zaterdag 20 april kwamen de 94 deelnemers naar onze turnhal om te laten zien waar ze al die tijd zo hard voor geoefend hadden. Met gezonde spanning kwamen de eerste meisjes rond 13.00 uur binnen en tegelijkertijd liep ook de tribune vol met ouders en andere belangstellenden. Er waren 4 rondes waarbij geturnd werd op vloer, sprong, brug en balk. Iedereen kreeg een medaille!



NTS selectie Middenbouw

Zaterdag 20 april hebben Femke de Boer, Lejla Hadziefendic, Julie Lindgreen en Isa van der Pol hun 2de teamwedstrijd voor de Middenbouw niv 4 geturnd in Den Haag. Bij de 1ste wedstrijd zijn ze vierde geworden en deze wedstrijd wilde ze dolgraag een podiumplaats scoren

Teamuitslag:

Met een totaalscore (beste scores per team per toestel tellen) van 139.925 zijn onze meisjes 3de geworden met maar 0,225 achterstand op de 2de plek...heel dicht bij een zilveren medaille!











Wijziging van lestijden doorgeven

U weet wanneer u of uw kind les heeft, maar weet KDO dit ook ?

Wij verzoeken u vriendelijk om wijzigingen in lessen en lestijden per 1^e gelegenheid door te mailen aan de ledenadministratie; ledenadmin@kdo-alblasterdam.nl

Alleen zo kan de administratie van meer dan 400 leden in orde blijven.

U mag er niet van uitgaan dat KDO de juiste conclusies kan trekken uit de aan- of afwezigheid van u of uw kind of uit mondelinge communicatie.

Graag in volgende gevallen de ledenadministratie mailen:

- Deelname aan een extra lesgroep
- Wijziging van de trainingsduur bij de selectie
- Overgang van recreatie naar selectie
- Bij deze overgang: Vervalt de recreatie-les wel of niet?
- Begin en einde van een ziekenboegperiode
- Opzeggingen (minimaal 1 maand voor het einde van een kwartaal)

(Het niet navolgen van het bovenstaande of het te laat doorgeven van wijzigingen kan tot extra contributiekosten leiden.)



Kleine klus voor 5 uurtjes per jaar

Sinds oktober 2019 verzorg ik de opmaak van deze nieuwsbrief.

Gerda (van der Spoel) levert de inhoud aan, ik verwerk het in het format dat daarvoor is opgezet en Gerda verzorgt daarna de verzending.

Na vijf jaar zou ik deze taak graag overdragen aan iemand anders binnen de vereniging. Het enige dat er voor nodig is, is een beetje handigheid met PowerPoint.

Wie wil deze taak van mij overnemen? Je kunt het laten weten aan: communicatie@kdo-alblasserdam.nl

Willeke de Gruijter



Vacature voorzitter

Enige affiniteit met turnen is prettig maar we zoeken vooral iemand die het belangrijk vindt dat KDO een voorzitter heeft die bereid is om zijn/haar kennis en kunde hiervoor in te zetten.

Kunt u/kun jij bijvoorbeeld goed overzicht bewaren en taken verdelen? Dan bent u/ ben jij wellicht onze nieuwe voorzitter!

Heb je interesse, dan kun je terecht bij Pim voor je aanmelding:

sport@kdo-alblasserdam.nl of
voorzitter@kdo-alblasserdam.nl

